

## 【補助事業概要の広報資料】

補助事業番号 24-2-011  
補助事業名 平成24年度お年寄りが幸せに暮らせる社会を創る活動補助事業」  
補助事業者名 社会福祉法人パール 社会福祉活動教育研究所

### 1. 補助事業の概要

#### (1) 事業の目的

社会福祉活動教育研究所は、このたび、各種の福祉活動開始から 35 周年を迎えました、その相談室は、高齢者の福祉の増進を目的とし、経験を積んだ相談員と医師・看護師・弁護士・理学療法士・心理学者等と連携し対応してきました。現在の公的福祉サービス等の対応では解決できない、精神的・経済的問題、複雑化した人間関係の悩み、障害者の諸問題など生活全般に及んでいます。高齢者・障害者の一人でも多くの人々が、この相談事業と国の方針である介護予防自立講習会が行われることにより、お年寄りが幸せに暮らせる地域社会づくりをしていきたいと思えます。

#### (2) 実施内容

相談事業 (<http://www.shibuya-pearl.or.jp/>)

##### 1. 電話相談

毎日、1人～2人の専門相談員による相談を受ける。相談内容によっては継続してカウンセリングを行い、面接相談の必要があるときは関連機関への紹介・連絡調整を行う。

##### 2. 面接相談

必要に応じて来所者の面接相談を受ける。相談ケースによってカウンセリング面接指導等を継続して行い、内容により関係機関への紹介など専門職と連携して指導を行う。

##### 3. 専門相談

平均月3回、医師や弁護士・学術経験者・ケースワーカー等による専門家の立場での助言相談日を設ける。出来る限り自立生活が可能となるように具体的な援助指導を行う。

##### 4. 介護予防自立講習会

転倒・骨折予防筋力トレーニング（毎月3～4回）筋力低下やバランス感覚の鈍磨による転倒を防ぐため、理学療法士の指導のもと、筋力を目覚めさせ転倒・骨折しにくい身体づくりを行う。



・ 1人一人の歩行姿勢をチェック指導をしているところです。



・ 足首に重錘を装着、筋力強化体操により転倒を防止します。

低栄養改善のための食事指導と会食（毎月3～4回） 低栄養による栄養失調や栄養の偏り、摂り過ぎによる生活習慣病を防ぐため管理栄養士による栄

養・食事に関する情報提供を行う。



・管理栄養士による、栄養・食事に情報提供を行っています。

#### 5. 「社活研 あなたの相談室 Q&A」を発行

同じような問題を抱える人々や一般の人々にも広く、具体的に情報を提供し、日常生活の QOL の向上に努める。問題解決のための参考知識として、「あなたの相談室 Q&A」等を報告書として発行する。

介護予防自立報告を中に盛り込み、一冊で発行する。

### 2. 予想される事業実施効果

今日の日本では豊かさの中で人の心が、軽んじられ競争社会の中でストレス・引きこもり等が増加。一人暮らし等で社会とのコミュニケーションがとれずに、うつ病・孤独死と進みます。共働きの核家族と少子化に在宅高齢者の福祉のニーズが増加。このように多様で複雑な諸問題を解決するために相談事業は必要です。個別性を柔軟に受け止め多様な相談ニーズに応えやすい条件整備は福祉事業の役割と課題だと考えます。行政施策と社会資源の有効活用を図りながら、専門の医師・弁護士・学識経験者等の協力を得て相談事業と介護予防自立講習会を行います。専門家のレベルの活用は、補助金なくしては考えられず、複雑難解な問題を解り易く解説しまとめることが重要です。

社会で生活する中で、安心して高齢者・障害者等が地域での自立生活が出来るか、身近にいつでも気軽に相談できるところが大切です。相談の内容が大変複雑化していることがあり、精神的・経済的な問題と絡み合っていることがたくさんあります。また、人間関係の悩みなど、解決に長い時間を要するものが多いです。簡単に答えが出せない問題ばかりですが、経験豊かな相談員がその都度熱心に対応し問題解決へと導きました。その報告書「社活研 あなたの相談室 主な相談事例から Q&A」に凝縮されており、競輪補助事業として、社会福祉関係の方はもちろん大勢の方から感謝されています。

相談件数全体でも 1948 件と従来より大幅にアップしております。

介護予防教室について、毎回同じような内容にならないよう様々なテーマで取り組むべく、理学療法士の方々が新たな発想に取り組んでおります。相談事業については、相談者の半数近くが新規です、年々変化する相談傾向を捉えて、新しい事例を「Q&A」に掲載していきます。

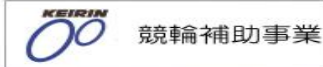
介護予防教室に、音楽リクリエーション、太極拳体験、フラダンスレッスン体験、テーブルハイパーホッケー、シャンソンレッスン体験、料理教室、（ダンゴづくり）等を企画実施し、より高い評価を受けることが出来ました。今ではお年寄りから毎週の開催を要望されております。

一人でも多くのお年寄りが元気で幸せに地域で自立生活ができるように少しでも改善されます。この相談事業と介護予防教室自立講習会が行われることにより、身近に健康管理・身体づくりと幅広く地域交流がなされ、効果が倍増されます。

### 3. 本事業により作成した印刷物



・社活研 あなたの相談室「主な相談事例から Q&A」報告書

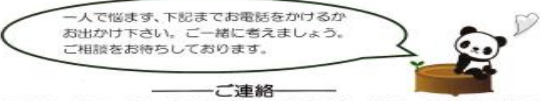


## 社活研 あなたの相談室

～お年寄り・障がい者などが幸せに暮らせる社会をつくるために～

パールの社会福祉活動教育研究所の相談事業は、(財)JKCA公益事業振興の補助を受けて、主に4分野で対応。この4分野は、別々に独立して対応するのではなく、互いに連携して解決を図っております。

- ① 介護予防教室（転倒を予防して、明るく元気で長生きする）
- ② 専門相談（弁護士・医師・大学教授・理学療法士・他各分野の専門家）
  - ・ 家庭や職場での不安がある。弁護士への相談。医学的な知識や意見を得たい。
  - ・ 福祉に関する意見や相談。生活についての相談。など。
- ③ 面接相談（個人の問題。グループワークで個人の生き甲斐支援。子育て支援）
  - （生き甲斐のグループを色々ご紹介できます）
  - ・ 認知症や精神的に不安のある方もお出かけ下さい。専門家をご紹介します。
  - ・ 高齢者や障がいを持つ方が地域で安心して生活をして頂ける支援をしています。
  - ・ グループに参加して生き甲斐を見つけて頂きます。
- ④ 電話で相談を受け関係機関につなげる。直接お話しする。
  - ・ 社会貢献・ボランティアのコーディネーターもしています。生活体験を広げましょう。
  - ・ 人の輪を広げコミュニケーション（理解し合う仲間づくり）で安心した生活を!!



### ご連絡

電話：03-5458-4811、03-5458-4814、03-5458-4816、03-5458-5011  
FAX：03-5458-4817



社会福祉法人パール  
第二種社会福祉事業 社会福祉活動教育研究所  
〒150-0035 東京都渋谷区鉢山町3番27号

・ 社活研 あなたの相談室のチラシ

平成24年度

# 介護予防教室

## 開催のお知らせ

**パールSFAクラブ**

～和やかに仲間と楽しい時間を過ごしましょう～

社会福祉法人パールでは、いつまでも生き生きと生活していただけるよう「転倒防止＆栄養予防＆口腔ケア教室」を開催いたしております。みなさまお誘い合わせのうえ、ぜひご参加下さいませ。

第1回	4月 7日(土)	第9回	8月 4日(土)	第17回	12月 1日(土)
第2回	4月 21日(土)	第10回	8月 18日(土)	第18回	12月 15日(土)
第3回	5月 5日(土)	第11回	9月 1日(土)	平成25年	
第4回	5月 19日(土)	第12回	9月 15日(土)	第19回	1月 5日(土)
第5回	6月 2日(土)	第13回	10月 6日(土)	第20回	1月 19日(土)
第6回	6月 16日(土)	第14回	10月 20日(土)	第21回	2月 2日(土)
第7回	7月 7日(土)	第15回	11月 3日(土)	第22回	2月 16日(土)
第8回	7月 21日(土)	第16回	11月 17日(土)	第23回	3月 2日(土)
				第24回	3月 16日(土)

**時間** 午前10時30分集合  
午後2時00分終了予定

**場所** パール1階・地域交流ロビー  
or 地下1階・研修室

**料金** 1,000円～(食事は別)

**対象** 原則、おひとりパールまでお越しになれる方

**内容**

- 理学療法士による転倒予防のための筋力アップ体操と指導
- 栄養バランスの整ったお食事の食卓と栄養講座
- 口腔ケアから始まるいざいざ健康生活のすすめ
- 認知予防と発声練習で“話であらおう”
- 世代をこえ、障害をこえて共に生きる地域づくり

講師：高橋 雅雄 先生 (社会福祉法人東京理学院福祉士会会長)  
中島 浩弥 先生 (障がい福祉士)

共催 社会福祉法人パール 社会福祉活動教育研究所 TEL. (5458) 5011 担当：新井、成松(研)、児玉  
地域包括支援センター・パール TEL. (5458) 4814 担当：成松、早川、加藤、榎本

・ 介護予防教室のポスター



社会福祉法人  
**パール**  
〒150-0035 東京都渋谷区鉢山町3-27  
TEL 03-5458-4811 (代)  
FAX 03-5458-4817



競輪補助事業

# パール介護予防プロジェクト 平成24年度のご案内 (下半期)



介護予防教室

介護予防  
若返りサークル

10月6日(土)	10月20日(土)	10月13日(土)	10月27日(土)
11月3日(土)	11月17日(土)	11月10日(土)	11月24日(土)
12月1日(土)	12月15日(土)	12月8日(土)	12月22日(土)
平成25年		平成25年	
1月5日(土)	1月19日(土)	1月12日(土)	1月26日(土)
2月2日(土)	2月16日(土)	2月9日(土)	2月23日(土)
3月2日(土)	3月16日(土)	3月9日(土)	3月23日(土) 3月30日(土)

10時30分集合～14時00分終了予定  
参加費：1,000円(食事代別)

10時30分集合～14時30分終了予定  
参加費：1,200円(食事代別)

担当：成松(嗣)・早川・加藤・清原(奈)

担当：新谷・新井・成松(明)・児玉



生き生き体操



栄養レクチャー



太極拳体験



書初め大会



創作活動



クッキング

**LIVE & WELL**

この他にもバラエティ豊かな活動をご用意しております！



わくわく音楽



音楽・舞踊鑑賞



アニマルセラピー



レクリエーション



バスハイク



フラダンスレッスン

## ・介護予防プロジェクトのご案内

### 4. 事業内容についての問い合わせ

団体名：社会福祉法人パール

住 所：150-0035

東京都渋谷区鉢山町3番27号

代表者名：理事長 新谷 弘子 (シタニ ヒロコ)

担当部署：社活研 あなたの相談室

担当者名：相談員 児玉 高義 (コダマ タカヨシ)

電話番号：03-5458-5011

F A X : 03-5458-4817

E-mail : [pearl@isis.ocn.ne.jp](mailto:pearl@isis.ocn.ne.jp)

U R L : <http://www.shibuya-pearl.or.jp>